

# RAHASIA MENJADI LANSIA PRODUKTIF



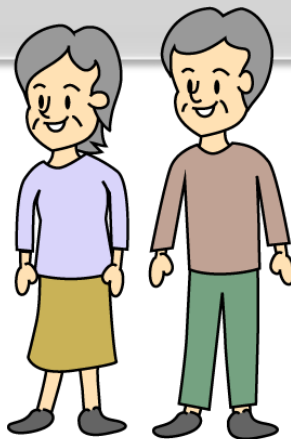


# RAHASIA MENJADI LANSIA PRODUKTIF



# DAFTAR ISI

Sekapur Sirih	i
Sambutan	iv
Kata Pengantar	viii
Pendahuluan	xi
Bab 1 : Lansia Bahagia	1
Bab 2 : Mengelola Keuangan	22



# **SEKAPUR SIRIH**

## **KEPALA BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL (BKKBN)**

Kesejahteraan rakyat menjadi tujuan dari kemerdekaan Indonesia yang selanjutnya menjadi amanat pembangunan bagi pelaksana roda pemerintahan. Di era otonomi daerah sekarang ini, kebijakan pembangunan semakin dititikberatkan pada bagaimana kesejahteraan tersebut dapat benar-benar dinikmati oleh masyarakat hingga pelosok. Upaya pemerintah dalam pencapaian kesejahteraan rakyat tertuang dalam nawacita terutama cita ke - 3 (membangun Indonesia dari pinggiran dengan memperkuat daerah-daerah dan desa dalam kerangka negara kesatuan) dan cita ke - 5 (meningkatkan kualitas hidup manusia Indonesia).

Selaras dengan nawacita pemerintah, sesuai amanat Undang – Undang Nomor 52 Tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga, dimana disebutkan penduduk harus menjadi titik sentral dalam pembangunan berkelanjutan di Indonesia, BKKBN memiliki peran penting dalam membantu pemerintah untuk pembangunan berkelanjutan. Pembangunan yang berkelanjutan adalah pembangunan terencana di segala bidang untuk menciptakan

perbandingan ideal antara perkembangan kependudukan dengan daya dukung dan daya tampung lingkungan serta memenuhi kebutuhan generasi sekarang tanpa harus mengurangi kemampuan dan kebutuhan generasi mendatang, sehingga menunjang kehidupan bangsa. Dua hal pokok yang perlu diperhatikan dalam membahas integrasi penduduk dan pembangunan, yaitu: 1) penduduk tidak hanya diperlakukan sebagai obyek tetapi juga subyek pembangunan, 2) ketika penduduk memiliki peran sebagai subyek pembangunan, maka diperlukan upaya pemberdayaan untuk menyadarkan hak penduduk dan meningkatkan kapasitas penduduk dalam pembangunan. Hal ini menyangkut “pembangunan sumber daya manusia yang berkualitas”.

Peningkatan kualitas hidup manusia salah satunya juga mencakup peningkatan kesejahteraan yang secara mudah diukur dengan tingkat perekonomian. Tingkat perekonomian masyarakat suatu negara dapat dilihat dari jumlah angka kemiskinan. Pada bulan Maret 2018, jumlah penduduk miskin (penduduk dengan pengeluaran per kapita per bulan di bawah garis kemiskinan) di Indonesia masih cukup tinggi dengan mencapai kisaran 25,95 juta orang (9,82 persen).

Sesuai dengan nawacita dan ditegaskan melalui Undang-Undang No. 52 Tahun 2009 itulah, BKKBN hadir memberikan kontribusi terhadap upaya konkrit penurunan angka kemiskinan melalui program pemberdayaan ekonomi keluarga. Sebagai bentuk pengembangan, BKKBN melalui Direktorat Pemberdayaan Ekonomi Keluarga, meluncurkan lima (5) seri buku “Pengelolaan Keuangan Keluarga berdasarkan Siklus Hidup” yang diharapkan dapat disosialisasikan dan dilaksanakan oleh seluruh petugas KB, mitra kerja, serta seluruh keluarga Indonesia untuk dapat meningkatkan ketahanan ekonomi keluarga, demi mewujudkan keluarga Indonesia yang maju, sejahtera, dan berketahanan.

Jakarta, Desember 2018

**Plt. Kepala BKKBN**

dr. Sigit Priohutomo, MPH

# **SAMBUTAN**

**DEPUTI BIDANG KSPK**

**BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA  
BERENCANA NASIONAL (BKKBN)**

Menyongsong tahun 2030 – 2040 Indonesia akan memasuki fenomena kependudukan yang disebut bonus demografi. Bonus demografi merupakan suatu kondisi di mana dalam suatu Negara penduduk usia produktif (15 – 64 tahun) lebih banyak dibanding penduduk usia non-produktif (usia di bawah 15 tahun dan di atas 64 tahun). Tidak bisa dipungkiri, bonus demografi ialah hasil dari upaya menurunkan angka TFR melalui Program Keluarga Berencana (KB). Jika dimanfaatkan dengan optimal, bonus demografi dapat memacu pertumbuhan ekonomi, yang dapat meningkatkan kesejahteraan bangsa. Namun, jika kita tidak mampu memanfaatkannya dengan meningkatkan kualitas masyarakat Indonesia, bonus demografi bisa menjadi bencana kependudukan.

Peningkatan kualitas sumber daya manusia (SDM) menjadi tugas berat pemerintah selain pemerataan Program KB untuk dapat mencegah bencana kependudukan. Melalui BKKBN, pemerintah menjawab tantangan bonus demografi melalui Program Kependudukan, Keluarga Berencana, dan Pembangunan Keluarga (KKBPK). KKBPK mengamankan implementasi pembangunan yang berbasis keluarga dan menjadikan keluarga sebagai sasaran utama upaya penjahteraan masyarakat.

Program KKBPK menitikberatkan pada pembangunan SDM yang dimulai dari keluarga sebagai unit terkecil dalam masyarakat yang merupakan cikal bakal pembentukan SDM Indonesia yang unggul, berkarakter, berketahanan, dan sejahtera. Oleh sebab itu, dalam Program KKBPK, seluruh keluarga Indonesia menjadi subjek pelaksana.

Keberhasilan Program KKBPK akan lebih cepat tercapai dengan penerapan “delapan (8) fungsi keluarga” pada setiap keluarga di Indonesia. Kedelapan fungsi tersebut



adalah fungsi agama; fungsi sosial budaya, fungsi cinta dan kasih sayang; fungsi perlindungan; fungsi reproduksi; fungsi sosialisasi dan pendidikan; fungsi ekonomi; dan fungsi lingkungan. Penerapan delapan (8) fungsi keluarga sejak dini akan membantu menciptakan anak-anak berkarakter yang nantinya akan menjadi SDM unggul dalam memanfaatkan bonus demografi untuk peningkatan kesejahteraan bangsa.

Perwujudan bangsa yang sejahtera tentunya juga tidak lepas dari penerapan fungsi ekonomi dalam setiap keluarga. Pemahaman dan penerapan fungsi ekonomi dalam keluarga akan mengarahkan keluarga pada pemberdayaan ekonomi keluarga yang dilakukan dengan mendorong seluruh anggota keluarga melakukan pengelolaan keuangan dengan baik bahkan memanfaatkan potensi di sekitar lingkungan untuk usaha produktif. Kemampuan pengelolaan keuangan keluarga yang baik inilah yang nantinya akan meningkatkan ketahanan ekonomi keluarga dan mewujudkan bangsa yang sejahtera.

Hadirnya 5 (lima) seri buku “Pengelolaan Keuangan Keluarga berdasarkan Siklus Hidup” menjadi suatu terobosan dalam upaya menginternalisasi pemahaman pengelolaan keuangan dalam keluarga bagi seluruh lapisan masyarakat Indonesia. Semoga pondasi ketahanan ekonomi seluruh keluarga di Indonesia semakin kuat dan kesejahteraan bangsa Indonesia semakin meningkat.

Jakarta, Desember 2018

**Deputi Bidang KSPK**

Dr. dr. M. Yani, M.Kes, PKK

# **KATA PENGANTAR**

## **DIREKTUR PEMBERDAYAAN EKONOMI KELUARGA**

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, telah terbit 5 (lima) seri buku “Pengelolaan Keuangan Keluarga berdasarkan Siklus Hidup” yang dimulai sejak dari anak-anak sampai dengan lanjut usia.

Seri buku ini merupakan buku edukatif yang disusun dengan bahasa yang ringan namun penuh motivasi serta dilengkapi dengan tampilan gambar yang bertujuan untuk membangkitkan minat membaca dan memudahkan pembaca dalam memahami konsep Pengelolaan Keuangan Keluarga.

Pengelolaan Keuangan Keluarga adalah suatu konsep baru yang merupakan salah satu kunci kesuksesan keluarga khususnya di bidang ekonomi. Konsep ini lebih sulit dibandingkan dengan mengelola uang pribadi karena melibatkan anggota keluarga mulai dari anak hingga lansia. Peran serta dari seluruh anggota keluarga dalam mengelola keuangan keluarga mendorong optimalisasi penguatan ketahanan ekonomi keluarga dengan cara yang konkret dan komprehensif menuju keluarga yang berketahanan dan sejahtera.

Adapun judul dari kelima buku tersebut adalah:

- Mengenal Nilai Uang dan Belajar Menabung (buku untuk anak)
- Rahasia Kemandirian Ekonomi Untuk Remaja (buku untuk remaja)
- Rahasia Menjaga Ketahanan Ekonomi Keluarga (buku untuk PUS)
- Rahasia Menjadi Lansia Produktif (buku untuk lansia)
- 5 Rahasia Menjadi Anggota Kelompok UPPKS Sukses (buku untuk anggota kelompok UPPKS)

Kami berharap kehadiran 5 (lima) buku seri ini bisa mendapatkan tempat tersendiri di hati masyarakat luas sehingga dapat meningkatkan pengetahuan keluarga dalam mengelola keuangan keluarga untuk mewujudkan keluarga sejahtera serta masyarakat dan bangsa yang berdikari secara ekonomi.

Jakarta, Desember 2018

**Direktur Pemberdayaan Ekonomi Keluarga**

Drs. Kushindarwito, M.AP

# PENDAHULUAN

Ketahanan ekonomi keluarga adalah benteng pertahanan bangsa Indonesia yang sangat kokoh, khususnya dalam menghadapi berbagai tuntutan kebutuhan ekonomi keluarga. Untuk itu, pemerintah dan berbagai kalangan, sangat penting untuk dapat memberikan pendidikan mengenai ketahanan ekonomi keluarga pada berbagai lapisan usia masyarakat.

Pada masyarakat kelompok lanjut usia (lansia), dengan kriteria usia 60 tahun keatas, mengingat figur mereka sebagai panutan atau soko guru bagi generasi muda bangsa, maka harus terus mendapatkan perhatian dan edukasi secara intensif dari pemerintah, dalam hal ini BKKBN, agar dapat terus melanjutkan kehidupan produktifnya, sesuai dengan situasi dan kondisi purna tugas, yang kini digelutinya sehari-hari.

Dengan mengedukasi masyarakat kelompok lansia agar tetap memiliki ketahanan ekonomi keluarga, maka diharapkan para panutan bangsa ini, tetap dapat bersemangat dalam

Menjalankan fungsi sebagai pendidik dan pengayom para generasi penerus bangsa.

Buku motivasi “**Menjadi Lansia Produktif**” ini hadir untuk menjawab tantangan tersebut. Kami berharap buku yang memberi suntikan spirit kepada masyarakat kelompok lansia di Indonesia ini, dapat meningkatkan semangat dan produktivitas lansia pada bidang ekonomi, khususnya dalam memanfaatkan minat atau hobinya, menjadi suatu aktivitas ekonomi yang produktif.

Semoga buku motivasi ini, dapat menjadi solusi bagi peningkatan kesejahteraan keluarga Indonesia, sehingga dapat terwujud cita-cita keluarga Indonesia yang sejahtera pada seluruh lapisan masyarakat.

# BAB 1

## LANSIA BAHAGIA

Bersyukurlah buat kita yang sudah di usia Lansia dan tentunya buat kita yang akan memasuki masa Lansia. Karena artinya kita telah diberi umur yang panjang dan telah diberi kehidupan sampai 60 tahun ini.

Dimasa ini, beban keluarga sudah jauh lebih banyak berkurang pastinya. Anak-anak sudah besar dan bisa menghidupi kehidupan keluarganya masing masing.

Dan buat yang selama ini bekerja rutin setiap harinya di kantor, sudah bisa menikmati kehidupan tanpa beban kerja kantoran lagi





# Lansia Bahagia

---

Ternyata, dibandingkan dengan kehidupan sebelumnya, masa Lansia ini memberikan begitu banyak kebahagiaan bagi kita.

Coba kita lihat, apa saja kesenangan yang bisa kita lakukan saat ini ?

- 😊 Tidak perlu berangkat kerja setiap pagi dari hari Senin hingga Jumat. Dan tidak perlu bekerja sampai malam hari.
- 😊 Buat para petani, nelayan dan pekerja lainnya, kita sudah tidak harus bekerja rutin dan bersusah payah lagi.



# Lansia Bahagia

- 😊 Bisa memiliki banyak waktu untuk berkumpul bersama keluarga
- 😊 Bisa memaksimalkan ibadah kita, karena waktu yang tersedia sekarang cukup banyak.
- 😊 Bisa melakukan banyak kegiatan sosial bersama tetangga dan teman teman



- 😊 Bisa melakukan hobi kita lebih banyak lagi, karena sebelumnya hanya bisa dilakukan di hari sabtu dan minggu
- 😊 Bisa berkunjung ke saudara saudara yang dulu tidak sempat dilakukan karena sibuk bekerja
- 😊 Bisa menemani cucu dirumah atau mengantarkan ke sekolah, karena sudah tidak tergantung dengan jam kerja
- 😊 Banyak hal lagi.....



“Bahagia itu  
Sederhana,  
ketika kamu  
bisa berkumpul  
dengan keluargamu,  
itu merupakan  
kebahagian  
yang paling,  
besar.”

B.J.Habibie  
18 Dec 2013 10:48 am



**Lansia Tangguh** adalah seseorang atau kelompok lansia yang berumur diatas 60 tahun, bercirikan sehat, mandiri, aktif dan produktif. Mencapai optimalisasi masa tuanya secara berkualitas dengan rasa aman yang didukung dengan lingkungan yang nyaman

Pada usia Lansia, umumnya kita sudah tidak bekerja lagi secara rutin untuk pekerja kantor atau bekerja dengan keras buat para pekerja lainnya.

Inilah waktunya kita untuk menikmati hidup, dengan waktu yang tersedia banyak buat kita beraktifitas.



# LANSIA TANGGUH, SIAPAKAH MEREKA?

Seseorang atau kelompok lansia yang tetap sehat (baik fisik, sosial, dan mental), mandiri, aktif dan produktif. Mencapai optimalisasi masa tuanya secara berkualitas dengan rasa aman yang didukung dengan lingkungan nyaman.

## 7 DIMENSI LANSIA TANGGUH



Spiritual



Sosial  
Kemasyarakatan



Intelektual



Profesional



Fisik



Vokasional



Emosional



Lingkungan



# Dimensi Lingkungan

---

Lingkungan yang sehat akan sangat berpengaruh terhadap kesehatan, kenyamanan, dan produktifitas seorang Lansia.

Lingkungan terbagi menjadi 2 (dua), yaitu :

- 1. Lingkungan Fisik**, adalah kebersihan, kesehatan, alam yang nyaman, dan bebas dari kebisingan dan berbagai polusi.
- 2. Lingkungan Non Fisik**, adalah lingkungan mental spiritual dan lingkungan sosial budaya.

*Lingkungan Fisik dan Non Fisik yang sehat, akan memberikan Lingkungan yang baik dan sehat bagi aktivitas Lansia.*



# Dimensi Profesional Vokasional (Ekonomi)

Siapa yang disebut **Lansia Potensial** ?

Lansia Potensial adalah warga lanjut usia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang/jasa

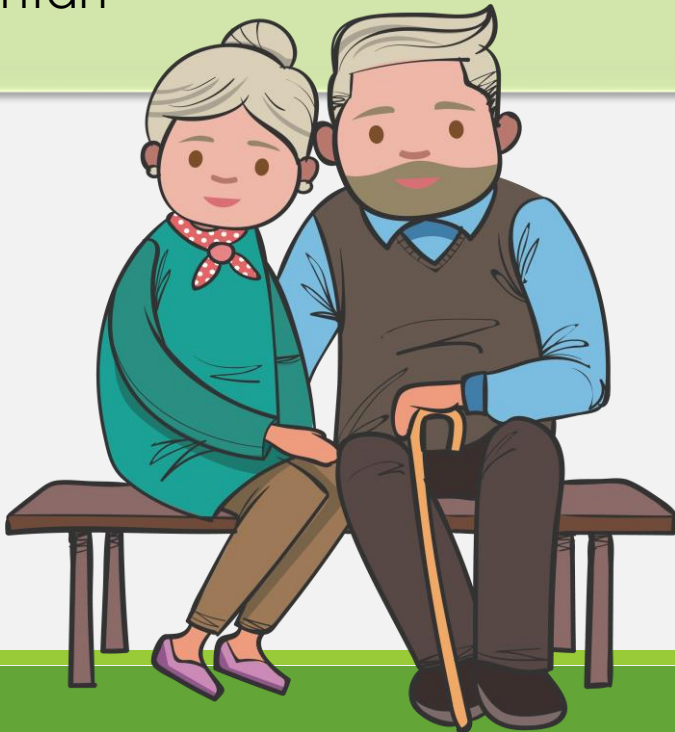
## Profesional Vokasional

Seseorang yang memiliki keahlian dalam suatu bidang tertentu, dan dapat memanfaatkannya untuk memperoleh keuntungan ekonomi (penghasilan)



### 3 (tiga) kelompok LANSIA secara ekonomi :

1. Kelompok Mapan dan berkualitas, baik secara fisik maupun ekonomi.
2. Kelompok Purnabakti, yaitu para pensiunan dari PNS, TNI/POLRI, BUMN/BUMD, swasta
3. Kelompok Lansia Pra sejahtera dan Rentan





# Dimensi Profesional Vokasional (Ekonomi)

---

Bagaimana agar Lansia dapat menjadi **produktif secara ekonomi** ?

Dengan kemampuan dan pengalaman kerja yang dimiliki, Lansia masih dapat bekerja secara profesional.

Contoh :

- ✓ **Bila Lansia seorang Dokter**, Dia dapat melakukan promosi kesehatan bagi masyarakat.
- ✓ **Bila Lansia seorang Pengacara**, Dia masih dapat melakukan penyuluhan hukum bagi masyarakat.



# Dimensi Mental (Spiritual)

---

Saat memasuki masa Lansia, maka sebaiknya kita dapat **meningkatkan amal ibadah** kita di segala bidang. Mencoba semaksimal mungkin untuk bisa lebih bijaksana dalam kehidupan sehari-hari. Dan lebih mendekatkan diri kita kepada Tuhan YME.

Misalnya bisa lebih sabar, lebih mendengarkan, lebih sering mengalah, dengan siapapun yang ada di lingkungan kita. semua demi mencapai kualitas kehidupan yang lebih baik, (kehidupan dunia dan akhirat), dan juga sebagai suritauladan untuk anak cucu kita



# Dimensi Fisik

---

Untuk menjaga daya tahan tubuh agar bisa terus produktif, maka sebaiknya kita **menjaga pola makan sehat dan seimbang**. Memperbanyak makan sayuran dan buah buahan, minum air putih yang cukup, mengurangi minum gula (manis-manis), mengurangi makan daging, dan dapat rutin mengkonsumsi multivitamin.

Disamping itu, kita juga harus **cukup tidur** dan melakukan **pemeriksaan kesehatan** berkala, serta dapat berhenti merokok. (bagi yang masih merokok)



# Dimensi Fisik

---

Jangan lupa juga untuk **berolahraga ringan secara rutin**, seperti jalan pagi santai, senam jantung (bergabung dengan klub), bersepeda, berenang serta olahraga ringan lainnya.

Dengan memiliki pola hidup yang sehat, dan juga **membebaskan diri dari perasaan negatif** (sres, kesepian, takut, khawatir dll), maka upaya kita untuk bisa tetap produktif dimasa lansia, akan lebih terjaga dan lebih baik.



# Dimensi Emosional



Emosi adalah merupakan reaksi dari apa yang ada dipikiran manusia. Emosi dapat menjadi **positif** atau menyenangkan, dan dapat menjadi **negatif** atau tidak menyenangkan.



Emosi negatif kadang terjadi di masa Lansia. Masalah psikologis yang sangat alamiah terjadi pada lansia adalah kecemasan, ketakutan, mudah tersinggung, rasa kesepian, hilangnya rasa percaya diri, bermimpi masa lampau, egois.



# Dimensi Emosional

---

Itulah beragam kondisi emosional yang lazim terjadi pada lansia, oleh karena itu maka kita harus dapat berpikir, bertutur, dan bertindak positif dan selalu optimis, agar diri kita menjadi lebih positif.

Hilangkanlah semua perasaan negatif (cemas, takut kehilangan, kesepian, tidak percaya diri, egois dan lainnya), dengan **selalu berfikiran positif dan dapat bersyukur nikmat dari Tuhan YME.**





"Memiliki hidup yang lebih baik itu  
adalah pilihan antara mau terus  
mencoba atau terus mengeluh"

— Ari Winarsih Msi

YourQuote.in

Sumber : <https://www.yourquote.in/ari-winarsih-msi-ntxx/quotes/>

# Dimensi Intelektual



Apakah Pengertian **Intelektual** ?

Adalah kemampuan seseorang dalam menerima, memahami dan menyimpan informasi serta kemampuan menggunakan dan mengamalkannya sehari-hari

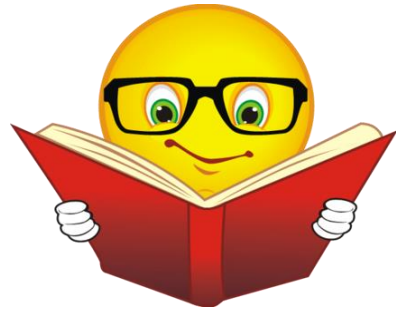
Penurunan fungsi intelektual pada lansia, sangat lazim terjadi. Hal itu ditandai dengan ciri-ciri sebagai berikut :

- Gangguan persepsi
- Penurunan konsentrasi
- Gangguan bahasa / komunikasi
- Penurunan daya ingat



# Dimensi Intelektual

---



Maka agar dapat menjaga fungsi intelektual pada lansia, disarankan untuk melakukan kegiatan berikut ini :

- ✓ Membaca
- ✓ Menulis
- ✓ Mengarang
- ✓ Berkesenian
- ✓ Melakukan permainan ketangkasan (teka teki silang, ular tangga, catur dan lainnya)
- ✓ Berekreasi
- ✓ Bercerita / mendongeng

# Dimensi Sosial Kemasyarakatan

---

Apa yang dimaksud dengan **Sosial Kemasyarakatan** ?

Yaitu berupaya untuk membangun keluarga dan masyarakat dalam bentuk pendampingan, perawatan dan kemandirian agar mampu merawat diri dan dapat melakukan aktivitas sehari-hari.

Di masa Lansia ini, kita memiliki banyak waktu untuk melakukan kegiatan Sosial Kemasyarakatan dan membangun kepedulian serta berbagi pada sesama.

---



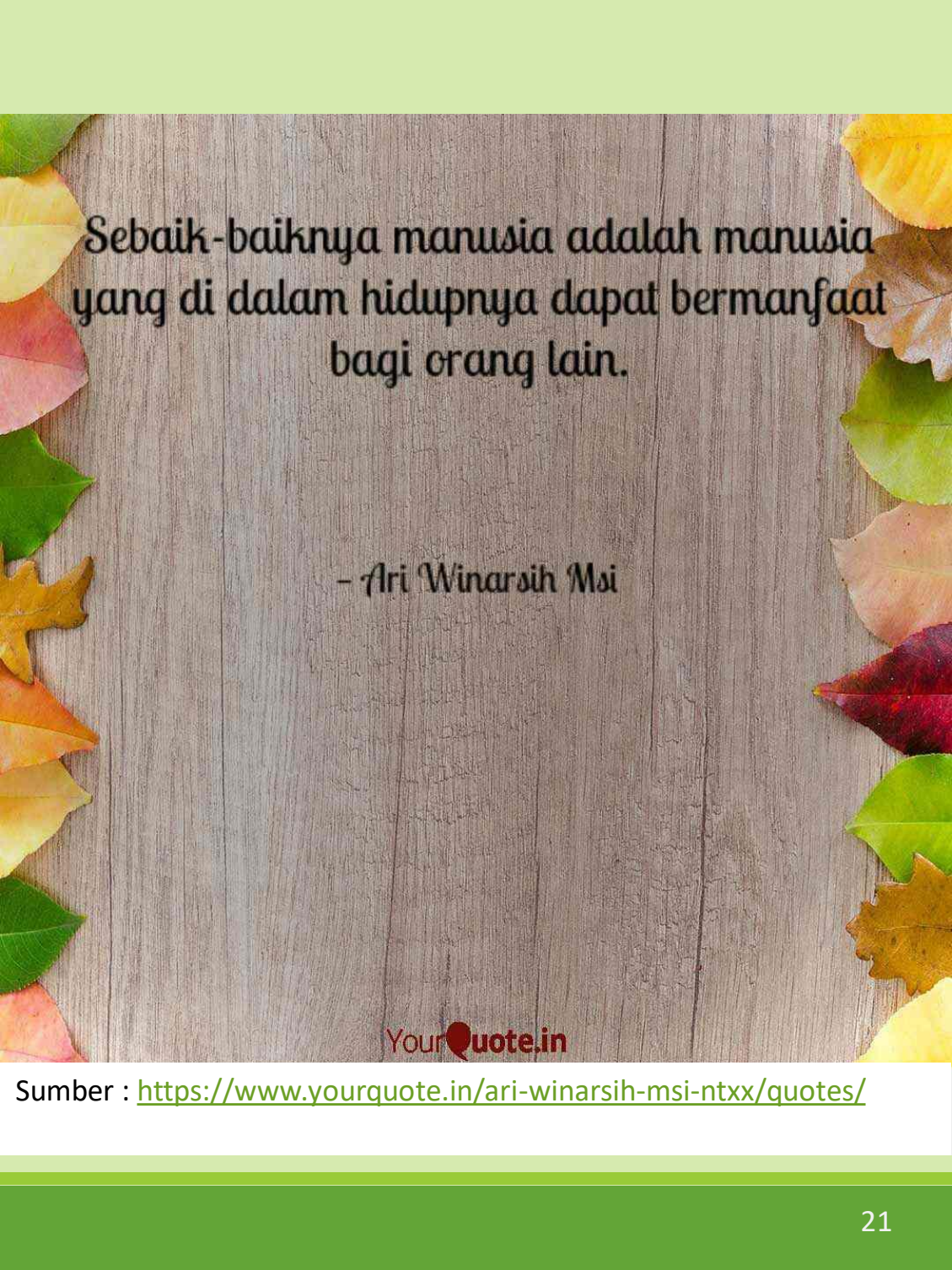
# Dimensi Sosial Kemasyarakatan

---

Kegiatan Sosial Kemasyarakatan yang bisa dilakukan :

- ✓ Melakukan silaturahmi
- ✓ Memberikan santunan
- ✓ Mengunjungi yang sakit
- ✓ Kegiatan keagamaan
- ✓ Kegiatan gotong royong dan bakti sosial
- ✓ Menjadi Kader Keluarga Berencana (KB)
- ✓ Kader Jumantik
- ✓ Menjadi Ketua RT / RW
- ✓ Pengurus Yayasan Yatim Piatu atau Panti Jompo





Sebaik-baiknya manusia adalah manusia  
yang di dalam hidupnya dapat bermanfaat  
bagi orang lain.

- Ari Winarsih Msi

YourQuote.in

Sumber : <https://www.yourquote.in/ari-winarsih-msi-ntxx/quotes/>

# BAB 2

## Mengelola Keuangan

Masa Lansia adalah masa yang memberikan banyak kebahagiaan buat kita. Akan tetapi, kita harus lebih berhati-hati dalam mengelola keuangan dan memilih untuk tidak mengambil risiko dalam menempatkan uang yang sudah kita kumpulkan selama ini.

Kenapa ?

Karena disaat inilah kemampuan mengelola keuangan kita akan diuji. **Harus lebih bijaksana dalam mengeluarkan biaya hidup, juga lebih berhati-hati memilih produk investasi yang akan kita pilih.**



# Mengelola Dana untuk mendapatkan penghasilan rutin

---

Tantangan bagi kita saat memasuki Lansia adalah mengelola keuangan agar bisa mencukupi kebutuhan biaya hidup sehari hari.

Bagi yang pensiunan dari kantor dan mendapatkan uang pensiun bulanan, tentunya menjaga agar **pengeluaran sehari hari dapat sesuai dengan uang pensiun** yang diterima adalah hal yang utama.

Sementara bagi yang tidak mendapatkan uang pensiun bulanan, maka salah satu langkah pengelolaan yang baik, adalah dengan **menempatkan dana pensiun kita pada produk investasi yang bisa memberikan penghasilan.**



# Mengelola Dana untuk mendapatkan penghasilan rutin

---

Beberapa alternatif dari pengelolaan keuangan untuk mendapatkan penghasilan rutin adalah ditempatkan pada :

- Deposito di Bank
- Properti
- Obligasi Pemerintah

Masing masing penempatan dana diatas memiliki sisi positif dan negatif. Carilah yang paling sesuai dengan kebutuhan kita

# Produk perbankan : **tabungan' & deposito**



**Tabungan** adalah produk Bank yang manfaatnya terutama untuk kelancaran penggunaan kas. Sehingga bagi hasil atau bunga yang diberikan oleh pihak Bank tidak besar. Buat Lansia, tabungan bermanfaat agar kita bisa menarik uang kapan saja sesuai kebutuhan.

**Deposito** adalah produk Bank yang memberikan bagi hasil lebih tinggi, akan tetapi tidak bisa dicairkan sesuai keinginan kita. Ada periode jangka waktu misalnya bulanan, 3 bulan, 6 bulan dan tahunan.

Pilihlah deposito dengan jangka waktu bulanan, agar bagi hasil bulanan nya dapat dimanfaatkan oleh kita untuk biaya hidup. Tapi, kalau kita ingin bagi hasilnya digunakan untuk pembayaran tahunan, pilihlah deposito dengan jangka waktu 6 bulan dan 12 bulan.



# Properti



Untuk bisa memberikan penghasilan rutin, maka jenis properti yang bisa kita pilih adalah properti seperti :

1. **Rumah** yang disewakan
2. **Apartemen** yang disewakan
3. Penghasilan dari **rumah kos kos** an
4. **Kios** yang disewakan
5. **Tanah** yang disewakan

Properti tersebut bisa menjadi tambahan penghasilan buat kita baik penghasilan bulanan atau tahunan.

***Jangan lupa untuk mengalokasikan sebagian uang yang diterima untuk biaya renovasi rutin dan biaya PBB yang harus dikeluarkan oleh properti kita.***

# Obligasi pemerintah ORI & Sukuk Ritel

---

Obligasi adalah surat hutang. Sehingga apabila pemerintah mengeluarkan obligasi, maka artinya pemerintah berhutang kepada kita sebagai investor. Untuk Obligasi retail, pemerintah mengeluarkan jenis ORI (Obligasi Retail Indonesia) dan SUKRI (Sukuk Retail Indonesia) yaitu surat hutang Syariah.

Bunga yang diberikan oleh pemerintah pastinya lebih tinggi dari bunga deposito, dan diberikan setiap bulannya kepada kita. Akan tetapi periode hutang dari pemerintah ini lebih panjang yaitu 2 atau 3 tahun.

Kalau kita ingin memiliki obligasi pemerintah, kita bisa membeli melalui Bank, atau pihak lain yang ditunjuk oleh pemerintah sebagai agen penjualnya. Pemerintah umumnya menerbitkan obligasi retail ini 2x dalam setahun.



**Sukuk Negara Ritel**

INVESTASI RAKYAT PENUH MANFAAT

**ORI**

Obligasi  
Negara  
Ritel

*Berinvestasi Membangun Negeri*

# Hati-hati dengan investasi bodong

Selalu hati-hati dengan penawaran investasi yang tidak jelas. Sudah banyak orang yang tertipu dengan berbagai investasi bodong karena ingin memiliki penghasilan yang besar, tapi justru akhirnya harus kehilangan uang banyak.

## **Kenali ciri-cirinya :**

1. Janji hasil yang besar, misalnya 10% per bulan
2. Tidak jelas kemana uangnya dikembangkan.
3. Tidak memiliki kantor yang jelas
4. Tidak ada ijin dan legalitas usaha yang jelas.



# Bekerja paruh waktu

---

Apabila kita masih ingin tetap bekerja tapi tidak yang berat, maka bekerja paruh waktu adalah pilihan yang tepat buat para Lansia. Selain mendapat penghasilan tambahan, bekerja paruh waktu bisa membuat badan dan otak kita tetap aktif.

Beberapa hal yang menjadi pertimbangan :

- Tempat bekerja tidak jauh dari rumah
- Waktu bekerja yang fleksibel
- Tidak membuat fisik lelah

# Bekerja paruh waktu

---

Alternatif tempat bekerja :

1. Guru di sekolah atau Paud
2. Penulis artikel majalah atau media lainnya
3. Guru Yoga / senam Taichi
4. Kader KB atau Jumantik
5. Adminitrasi di Puskesmas
6. Agen properti
7. Penghias pengantin
8. Catering acara pesta
9. Guru Mengaji



# Membuat Bisnis

---

Apabila kita sudah memiliki bisnis sebelumnya, maka saat memasuki masa Lansia, sebaiknya kita mulai **mendelegasikan** sebagian besar pekerjaan pada orang yang kita percayai. Kita hanya melakukan **kontrol** untuk operasional bisnis, dan membantu memberikan masukan yang diperlukan agar bisnis berjalan lancar.

**Kurangi pekerjaan** yang menguras tenaga dan pikiran kita, karena akan tidak baik bagi kesehatan.

Disamping itu, bisnis yang dijalankan juga memerlukan tenaga dan pikiran anak muda yang akan membantu pengembangan bisnis kita.



**Apabila kita baru akan menjalankan bisnis**, maka beberapa hal yang perlu diperhatikan :

1. Hanya gunakan **maksimal 20%** dari dana pensiun kita untuk modal bisnis. Hal ini untuk mengurangi resiko hilangnya uang pensiun kita, apabila bisnis yang dijalankan gagal.
2. Pilih **bisnis dari hobi** kita atau dari bidang yang kita sudah mengerti. Misalnya bisnis catering, laundry, kerajinan tangan dll.
3. Atau memilih **bisnis yang sudah memiliki sistem** yang berjalan baik, seperti franchise supermarket, franchise restoran dll.

# Modal Bisnis

---

Salah satu **resiko bisnis** apabila tidak berjalan baik, adalah hilangnya modal yang sudah kita keluarkan. Jangan terlalu berani dalam mengeluarkan modal bagi bisnis yang baru kita mulai saat memasuki masa Lansia.

**Batasi modal yang kita keluarkan hanya 20% dari uang pensiun atau dari uang yang kita miliki.** Apabila Bisnis berjalan baik, kita bisa menambah modal sedikit demi sedikit sesuai dengan perkembangan bisnis. Tapi apabila bisnis tidak berjalan baik dan modal kita habis, maka kerugian yang terjadi tidak akan mempersulit keuangan kita.





# Jenis Bisnis

---

Akan sangat menyenangkan apabila kita **menjalankan bisnis sesuai dengan hobi** yang kita miliki. Selain kita menjalankannya dengan senang hati, kita juga setidaknya sudah sangat memahaminya.

Bagi yang suka memasak, maka bisnis catering atau membuka warung menjadi pilihan yang baik. Bagi yang suka dengan otomotif, membuka bengkel motor dan asesorisnya juga cukup menarik. Atau bagi yang punya hobi membuat kerajinan tangan, maka menjual hasil kerajinan tangan kita tentunya sangat membanggakan. Bahkan hingga beternak ayam, beternak ikan atau memelihara burung juga bisa.

**Lakukanlah bisnis yang dijalankan dengan hati yang gembira.**



# Franchise Bisnis

---

Untuk yang memiliki cukup modal untuk membeli Franchise Bisnis, tentunya bisa jadi salah satu alternatif bisnis. Selain sistemnya sudah dibuat dengan baik, material dan tenaga kerjanya juga terkadang sudah disiapkan.

Tidak harus membeli franchise yang mahal, pilihlah bisnis sederhana sesuai dengan kemampuan keuangan kita

- membuka restoran kecil
- laundry
- toko roti
- makanan atau minuman



# Memilih pengeluaran yang tepat

---

Pilihan antara Kebutuhan dan Keinginan, menjadi lebih penting buat kita saat memasuki masa Lansia. Jangan sampai Keinginan kita menyebabkan pengeluaran menjadi besar dan bisa mengganggu Keuangan kita.

contoh :

**Biaya pernikahan anak** → perlu, tapi pilihlah sesuai kemampuan kita.

**Jalan-jalan** → perlu, tapi pilihlah yang tidak melelahkan dan tidak menghabiskan uang.

**Vitamin & Makanan kesehatan** → perlu, tapi lebih teliti dalam memilih dan spesifik sesuai kebutuhan kesehatan.



# Tidak berhutang

---

Banyak sekali tawaran untuk berhutang saat ini. Mulai dari perbankan hingga tempat tempat perbelanjaan.

**Sangat disarankan untuk tidak berhutang** saat memasuki masa Lansia. Sesuaikan saja pengeluaran kita dengan kemampuan keuangan kita saat ini.

**Tawaran untuk modal bisnis** → tidak perlu, jalankan bisnis sesuai uang yang ada.

**Tawaran untuk membeli barang** konsumtif (handphone atau alat elektronik) → kalau masih ada tidak perlu mengganti dengan yang baru

**Tawaran untuk mengganti kendaraan** → pemeliharaan kendaraan akan lebih baik buat kita.

# Memilih aktifitas yang tepat

---

Tidak ingin berdiam diri saat memasuki masa Lansia ? Benar sekali. Masa Lansia tidak berarti kita harus berdiam diri dirumah saja. Cobalah tetap aktif melakukan aktifitas yang tepat, agar badan dan pikiran kita tetap sehat.

Contoh :

1. Aktif dalam kegiatan sosial
2. Mengunjungi teman atau sanak saudara
3. Tergabung dalam klub olahraga
4. Mengikuti kegiatan keagamaan yang rutin
5. Mengantar cucu ke sekolah yang dekat
6. Menjadi sukarelawan rumah yatim piatu atau panti jompo.



Terkadang bukan rintangan yang membuat kita gagal, tetapi pola pikir dan cara kita menyikapi rintangan itulah yang membuat kita gagal.

Cobalah untuk selalu berpikiran positif saat menghadapi rintangan seperti apapun!

- Ari winarsih Msi

YourQuote.in



Sumber : <https://www.yourquote.in/ari-winarsih-msi-ntxx/quotes/>

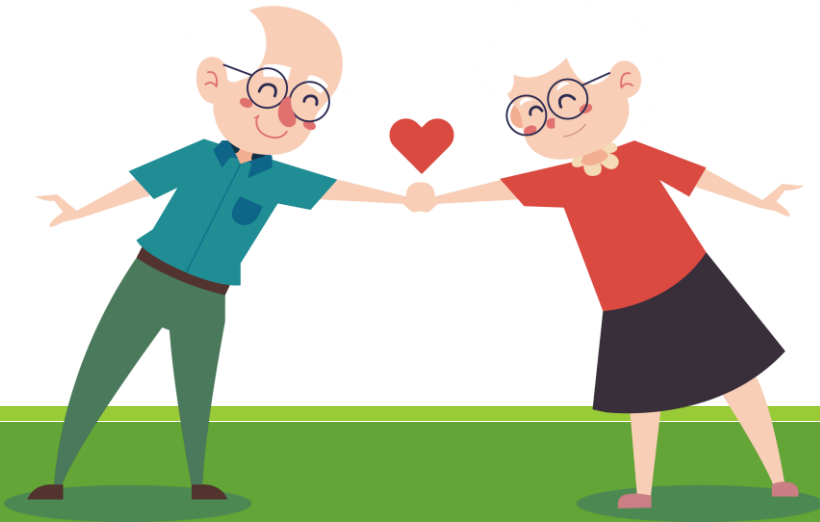
# Tetap semangat di usia tua ? Kenapa tidak ?

---

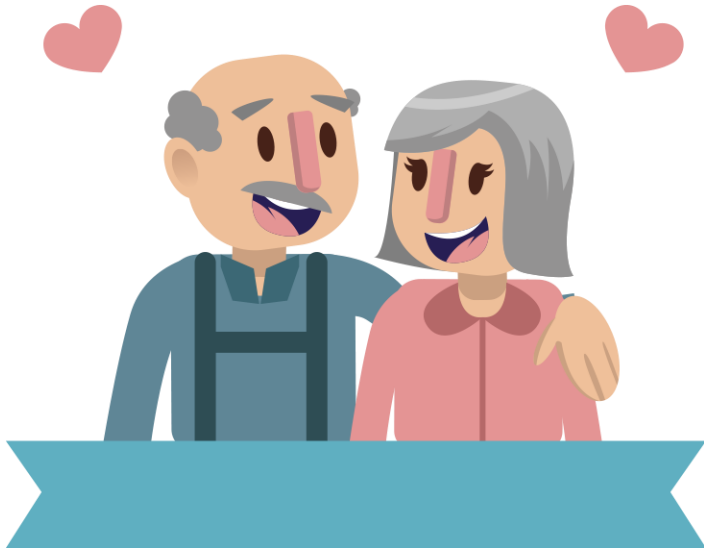
Sudah banyak kita melihat banyak orang yang tetap aktif di masa Lansia. Kenapa kita tidak ?

Jangan terlalu banyak khawatir, tapi memang kita harus lebih memilih dan berhati hati dengan setiap kegiatan kita.

**Selalu berfikir positif, tetap aktif dan bersemangat akan memberikan aura positif bagi kita.** Hal ini juga akan memberikan kebahagiaan buat anak anak dan cucu kita pastinya.



Nikmati masa Lansia ini sebagai anugrah atas karunia umur panjang dan kesehatan yang diberikan oleh Tuhan. Dan selalu bersyukur untuk setiap hari kehidupan yang diberikan oleh Nya.





# PROFIL PENULIS



## Tejasari, CFP®

### Professional Experience

- Bank Tabungan Negara (Persero) - 11 tahun
- PT. Quantum Magna Financial - Owner & Planning Direktur (5 tahun)
- Tatadana Consulting - Owner & Direktur (2011 – now)

Tejasari telah mendalami dunia Perencanaan Keuangan sejak tahun 2005, sehingga telah memiliki pengalaman yang ekstensif di bidang Perencana Keuangan dengan eksposur yang dimilikinya menghadapi berbagai macam kasus klien. Teja menyelesaikan S1 Teknik Sipil di Universitas Trisakti dan S1 Ekonomi di Universitas Indonesia, melanjutkan pendidikan S2 nya di IPMI Business School Jakarta dan meraih double degree MM Investasi serta Master of Applied Finance and Investment.